



**СИЛАБУС КУРСУ**  
**«ОСНОВИ РЕАБІЛІТАЦІЇ ТА ЛФК»**

**ІНФОРМАЦІЯ ПРО ВИКЛАДАЧА**

Прізвище, ім'я, по-батькові	Чепурна Наталя Олександрівна
Електронна пошта	n.o.chepurna@gmail.com

**I. ОПИС ПРЕДМЕТА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

Курс	Семестр	Загальна кількість годин	Лекцій	Семінарів/практичних	Самостійна	Індивідуальні	Консультації	Форма семестрового контролю	
III	V	90	12	36	42	-	-	залік	

**II. СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

Назви змістових модулів	Кількість годин			
	Усього	Лекц.	Семінар.	С.р.
<b>Змістовий модуль 1.</b>				
<b>Фізична терапія, як засіб відновлення спортсмена</b>				
<i>Тема 1.</i> Предмет, завдання, види та принципи фізичної терапії. Характеристика етапів та періодів реабілітації	4	2	2	
<i>Тема 2.</i> Режим рухової активності у фізичній терапії.	8	2	4	2
<i>Тема 3.</i> Компетентності фізичних терапевтів (в нашій країні та за кордоном)	8	2	2	4
<i>Тема 4.</i> Складання реабілітаційних програм. Поняття цілей у SMART- форматі.	12		6	6
<i>Тема 5.</i> Характеристика діяльності міжнародних організацій з фізичної терапії. Фізична терапія у різних країнах.	8	2	2	4
<i>Тема 6.</i> Характеристика діяльності міжнародних організацій з фізичної терапії. Фізична терапія у різних країнах.	10		4	6
<i>Тема 7.</i> Функціональні можливості спортсменів, їх можливості та оцінка стану	14	2	6	6
<i>Тема 8.</i> Нетрадиційні програми реабілітації	12		4	8
<i>Тема 9.</i> Комбінування засобів фізичної реабілітації	14	2	6	8
<i>Разом</i>	<b>90</b>	<b>12</b>	<b>36</b>	<b>42</b>
<i>Усього</i>	<b>90</b>	<b>12</b>	<b>36</b>	<b>42</b>

**III. ТЕМИ ЛЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ**

№	Назва теми	Кількість годин
<b>Змістовий модуль 1</b>		
1	Предмет, завдання, види та принципи фізичної терапії. Характеристика етапів та періодів реабілітації	2
2	Режими рухової активності у фізичній терапії.	2
3	Компетентності фізичних терапевтів (в нашій країні та за кордоном)	2

4	Характеристика діяльності міжнародних організацій з фізичної терапії. Фізична терапія у різних країнах.	2
5	Функціональні можливості спортсменів, їх можливості та оцінка стану	2
6	Комбінування засобів фізичної реабілітації	2
	<b>Усього</b>	<b>12</b>

#### **IV. ТЕМИ СЕМІНАРСЬКИХ ЗАНЯТЬ**

№	Назва теми	Кількість годин
	<b>Змістовий модуль 1</b>	
1	Предмет, завдання, види та принципи фізичної терапії. Характеристика етапів та періодів реабілітації	2
2	Режими рухової активності у фізичній терапії.	4
3	Компетентності фізичних терапевтів (в нашій країні та за кордоном)	2
4	Складання реабілітаційних програм. Поняття цілей у SMART- форматі.	6
5	Характеристика діяльності міжнародних організацій з фізичної терапії. Фізична терапія у різних країнах.	2
6	Основні засоби та методи фізичної терапії	4
7	Функціональні можливості спортсменів, їх можливості та оцінка стану	6
8	Нетрадиційні програми реабілітації	4
9	Комбінування засобів фізичної реабілітації	6
	<b>Усього</b>	<b>36</b>

#### **V. ТЕМИ САМОСТІЙНИХ ЗАНЯТЬ**

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
	<b>Змістовий модуль 1</b>	
1	Основні засоби ЛФК. Додаткові засоби ЛФК.	4
2	Клініко-фізіологічне обґрунтування лікувальної дії фізичних вправ, масажу	4
3	Організація занять з лікувальної фізичної культури, масажу.	4
4	Характеристика основних прийомів класичного масажу.	4
5	Застосування показників толерантності до фізичних навантажень в процесі фізичної реабілітації.	4
6	Методика дозування фізичних вправ у ЛФК.	4
7	Форми ЛФК.	4
8	Завдання та класифікація функціональних проб і тестів.	4
9	Загальна характеристика функціональних проб і тестів	4
10	Дельфінотерапія	6
	<b>Усього годин</b>	<b>42</b>

#### **VI. ТЕМАТИКА РЕФЕРАТІВ**

1. Вступ до фізичної терапії.
2. Моделі інвалідності.
3. Права спортсмена-інваліда.
4. Доступність, як важлива умова реалізації фізичної терапії.
5. Універсальний дизайн та принципи впровадження фізичної терапії в Україні.
6. Принципи підбору допоміжних засобів пересування для спортсменів-інвалідів
7. Методи рухової реабілітації спинальників.
8. ЛФК в системі реабілітації спортсменів з травмами хребта
9. Фізіотерапія в системі реабілітації травм спинного мозку.
10. Методики релаксації фізичними засобами
11. Рефлексотерапія при травмах спинного мозку.
12. ШРОТ-терапія.

- 13.Протезування-принципи проведення фізичної терапії
- 14.Гімнастика в інваспорті.
- 15.Фізична терапія осіб, що перенесли ампутацію верхніх кінцівок.
- 16.Кінезіотерапія при переломах плеча у дітей.
- 17.Кінезіотерапія при травмах стегнового суглоба у дітей.
- 18.Фізична терапія при травмах променевої кістки у спортсменів.
- 19.Фізична терапія при переломах гомілки у дітей та дорослих, відмінності.
20. Особливості проведення фізичної терапії при проблемах дихальної системи серед спортсменів.
21. Нормативно-правова організація фізичної терапії в Україні.
22. Фізична терапія при серцево-судинних захворюваннях.
23. Фізична терапія при підлітковому ожирінні.
- 24.Фізична терапія при ендокринних порушеннях.
25. Фізична терапія при проблемах нервової системи.

## **VII. ПИТАННЯ ДО ЗАЛІКУ**

- 1.Основні засоби ЛФК. Додаткові засоби ЛФК.
2. Поняття про фізичну терапію, її ета та завдання.
3. Нормативно-правова база підготовки фізичних терапевтів.
4. Поняття про спеціалізації асистент фізичного терапевта, фізичний терапевт.
5. Мультидисциплінарна реабілітаційна команда.
6. Принципи надання реабілітації.
7. Поняття про абілітацію.
8. Реабілітаційні протоколи.
9. Індивідуальний реабілітаційний план.
10. План реабілітації при травмах ОРА
11. План реабілітації при спортивних травмах.
- 12.Види реабілітаційного процесу.
13. План реабілітації при струсах головного мозку.
14. Універсальний дизайн та принципи впровадження фізичної терапії
15. Методи рухової реабілітації спинальників.
16. Принципи підбору допоміжних засобів пересування для спортсменів-інвалідів
17. Методи та принципи фізичної терапії у осіб з ампутуваними кінцівками
18. Фізична терапія при пошкодженнях шийного відділу хребта.
- 19.Фізична терапія при травмах грудного відділу хребта.
- 20.Фізична терапія при травмах поперекового відділі хребта.

## **VIII. СХЕМА НАРАХУВАННЯ ТА РОЗПОДІЛ БАЛІВ, ЯКІ ОТРИМУЮТЬ ЗДОБУВАЧІ ОСВІТИ**

№	Вид діяльності	Кількість балів за одиницю	Кількість одиниць до розрахунку	Всього
1	Тематична атестація	10	3	<b>30</b>
2	Виконання завдань з самостійної роботи	5	3	<b>15</b>
3	Модульний контроль 1	25	1	<b>25</b>
4	Реферат (тези)	10	1	<b>10</b>
5	Конспект лекцій	10	2	<b>20</b>
Максимальна кількість балів				<b>100</b>

## ІХ. ШКАЛА ОЦІНЮВАННЯ

Сума балів за всі види навчальної діяльності	ЄКТС	Оцінка за національною шкалою	
		для ІСПИТУ	для ЗАЛІКУ
90 – 100	A	відмінно	зараховано
81 – 89	B	добре	
75 – 80	C		
70– 74	D		
60 – 69	E	задовільно	не зараховано
35 – 59	FX	незадовільно	
0 – 34	F		

## I. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

### Базова

1. Загальні основи фізіології, фізіологічної культури і спорту. В.Г. Ткачук, Ю.Т. Похолєнчук К.:2020. 109 с.
2. Фізіологія людини і тварин. Г.М.Чайченко, В.О.Цибєнко, В.Д.Сокур, К.: 2012 – 384 с.
3. Основи фізичної терапії. За ред. В.Г.Шевчука. Навчальний посібник. Вінниця. 2015. 564 с.
4. Фізична терапія. Вільям Ф.Ганонг. Переклад з англ. Львів:.. 2012 – 784 с.
5. Фізіологія людини: в 3-х томах. Переклад з англ. Під ред. Р.Шмидта та Г.Тевса. – М: Мир, 2018.

### Допоміжна

1. Фізіологія спорту та рухової активності. Уїлмор Дж. Х., Костилл Д.Л., К.: Олімпійська література, 2017. – 504 с.
2. Textbook of medical physiology / Arthur C. Guyton, John E. Hall. 2012. 2016.

Сайт ВСП «Олімпійського фахового коледжу імені Івана Піддубного НУФВСУ» - <https://olimpic.college/navchalno-metodychna-literatura/>